

【2月16日から3月2日までに使用した主な給食食材の産地】
 学校給食で使用した主な食材の産地をお知らせします。

野菜・きのこ・豆・果物類

品名	産地
ブロッコリー	益田
ほうれん草	益田
キャベツ	益田
ねぎ	益田
白菜	熊本、長崎
チンゲンサイ	福岡
しょうが	高知
もやし	岡山
玉葱	北海道
じゃがいも	北海道、長崎
さつまいも	益田
人参	益田
大根	益田
かぶ	益田
しいたけ	益田
えのきたけ	福岡、大分
ぶなしめじ	福岡
トマト缶詰	イタリア
甘夏みかん缶	夏みかん:佐賀、熊本、鹿児島他
冷凍グリーンピース	ニュージーランド
冷凍ブロッコリー	エクアドル
冷凍コーン	タイ
冷凍インゲン	タイ
冷凍枝豆	タイ
冷凍ミックスビーンズ	大豆、蚕豆、手豆、枝豆、北海道
冷凍なめこ	長野
いよかん	愛媛
りんご	青森

海藻類

品名	産地
ひじき	韓国
わかめ	宮城、岩手
茎わかめ	韓国
のり	九州、瀬戸内海

肉類(冷凍含む)

品名	産地
合挽き肉	牛正肉、豚肉:日本
鶏肉モモ	日本
鶏肉ムネ	日本
鶏肉ササミ	日本
豚肉モモ	島根

魚介類(冷凍、レトルト含む)

品名	産地
開きイワシ	
むきえび	インド、パキスタン
サバ切身	日本

卵

品名	産地
鶏卵	益田

穀類

品名	産地
精米	美都
コッペパン	小麦粉:アメリカ、カナダ
スパゲティ	デュラム小麦:カナダ

加工品

品名	産地
干しいたけ	益田
きな粉	益田
梅干し	益田
こんにゃく	こんにゃく芋:益田
油揚げ	大豆:カナダ、アメリカ
木綿豆腐	大豆:アメリカ
蒸し大豆	北海道
高野豆腐	大豆:カナダ、アメリカ
チキンハム	鶏肉:日本
チキンささみ	鶏ささみ:日本
カットレバー・濃粉付き	鶏肝:日本
鶏と根菜の平つくね	鶏肉、玉葱:日本 他
子持ちシシャモ	ノルウェー他
鶏つくね	鶏肉、玉葱:日本 他
角切チーズ	ナチュラルチーズ:ニュージーランド他



給食メニュー紹介

給食だより

今月の献立から、「キャベツの甘酢あえ」を紹介します。
 春キャベツは柔らかく、食感がよく、サラダや和え物にぴっ
 たりです。家でも作ってみてくださいね。



【キャベツの甘酢あえ】

材料(小学生中学年量 5人分)

- キャベツ …150g(大きめ3枚)
- にんじん …40g(4cm)
- ちりめん …6g(大さじ1)
- 乾燥わかめ …3g(大さじ1)
- 穀物酢 …8g
- 砂糖 …小さじ1/2
- 塩 …2つまみ

給食では、衛生管理の
 観点から蒸して作ります。
 家庭では、塩をふり、
 少しおいてから
 絞って作ることもできます。

☆ 作り方 ☆

- ①キャベツとにんじんは、洗って千切りにする。
- ②ちりめんは、フライパンで軽く炒る。
- ③鍋にお湯を沸かし、にんじんとキャベツをさっとゆでる。
 (塩をして、少しおいてから絞ってもいいです。)
- ④わかめは、水に入れて戻しておく。
- ⑤ボールに、酢、砂糖、塩を入れてよく混ぜ、水気をきった野菜とわかめ、
 ちりめんを入れて和える。完成です。

☆給食は調味料が少なめになっているので、味をみて調節してください。

【食物アレルギーを有する児童生徒の保護者様へ】

調理や食器の洗浄において「コンタミネーション(※)」を避ける事はできません。
 (※コンタミネーションとは、食品を製造・調理する際に、原材料には使用していないにもかかわらず、
 アレルギーを引き起こす原因物質が意図せず混入してしまうことをいいます。)
 食物アレルギーのことで給食に不安を感じたら、学校を通じて調理場にご相談ください。



4にうみ い もの の 生 き 物



- マサバ
- マアジ
- アサリ



サバは青魚の仲間^{あおさかな}で、背の部分^せにまだら模様^{もよう}があるのが特徴^{とくちょう}です。頭の働き^{あたま}を良くしてくれる^よので、DHAや血液^{いーえいち}をサラサラ^{えつけ}にしてくれるEPAなどの脂^{あぶら}がたっぷり^{びく}含まれています。

